



## PLAN DE TRABAJO SEMANA 22 hasta 26 de Junio del 2020

**Estimados Alumnos del colegio Tecnológico Pulmahue de Mostazal envío a ustedes Módulo , unidad y Objetivo que se trabajaran durante esta suspensión de clases, así también como los contenidos de lo que será reforzado y/o que nos sirva para introducirnos a los temas del mes de Marzo.**

### Guía N° 7 para 3 Medio: Ciencias para la Ciudadanía (Plan general)

#### **Módulo I: Bienestar y Salud**

**Unidad 1:** Salud humana y medicina ¿Cómo contribuir a nuestra salud y a la de los demás?

#### **Objetivo de Aprendizaje:**

OA 2. Investigar y comparar diversas medicinas (incluyendo la convencional, la tradicional de nuestros pueblos originarios y la complementaria alternativa), considerando su origen, conocimientos y prácticas para la resolución de problemas de salud cotidianos.

#### **¿Qué es la Medicina Complementaria y Alternativa (MCA)?**

En primer lugar, es importante recordar que la MCA está posicionada en oposición a lo que la gente típicamente considera como la medicina occidental “tradicional”. La medicina convencional es lo que la mayoría de los practicantes con un grado MD o DO ejercitan. El enfoque es, a menudo, tratar dolencias existentes dentro del contexto de marcos científicos muy específicos. Los tratamientos caen bajo el ámbito de la “medicina basada en evidencias (MBE)”, que prueba diferentes tratamientos para confirmar que son eficaces y seguros. Estos tratamientos se prueban en una jerarquía, únicamente con procedimientos o tratamientos rigurosamente probados que pasan en el reino de las “pautas clínicas de la práctica de medicina”.

Por otro lado, las prácticas MCA se encuentran fuera de la medicina “convencional”, ya que no han sido estudiadas, no han demostrado ser efectivas, o carecen de fundamentos científicos para justificar su inclusión en el canon científico. Sin embargo, es importante señalar que existen diferencias entre las terapias *complementarias* y las *alternativas*:

- La medicina complementaria se usa en conjunción con o como suplemento de medicina convencional.
- Las terapias alternativas se utilizan para reemplazar las soluciones médicas convencionales y, por lo tanto, a menudo pueden llevar consigo mayores riesgos.

También es muy importante notar que lo que se considera MCA a veces puede ser un blanco móvil, ya que algunas se someten a pruebas rigurosas y se adoptan en la medicina “regular”. Algunos doctores, debido a la muy alta demanda, incluso combinan prácticas MCA con la medicina convencional en un híbrido llamado medicina integradora.



Colegio Tecnológico Pulmahue Mostazal  
Profesora Claudia Silva  
Ciencias de la Ciudadanía

Una refutación común a la MCA es que: “si se demostrara que funciona, no sería un ‘tratamiento alternativo ‘ – si no que todos la estaríamos usando”.

De acuerdo con el Centro Nacional para la Salud Complementaria e Integrativa (NCCIH, por sus siglas en inglés, y antes conocido como NCCAM), estas terapias pueden dividirse en cinco categorías diferentes:

- **Sistemas médicos alternativo** (tratamientos médicos que se centran en una filosofía específica, como el Ayurveda, la curación tradicional de las primeras naciones, la medicina tradicional China, la homeopatía y la naturopatía)
- **Intervenciones mente-cuerpo** (tratamientos que involucran el fomento de la conexión mente-cuerpo, como la meditación, la oración, la relajación y la terapia del arte)
- **Terapias basadas en la biología** (tales como suplementos dietéticos y remedios herbales)
- **Métodos de manipulación y basados en el cuerpo** (tales como la quiropráctica, la manipulación osteopática y el masaje)
- **Terapias de energía** (como terapias de bio-campo – incluyendo Qi Gong, Toque terapéutico y Reiki – y terapias basadas en bio electro magnética como la terapia magnética o terapia de campo de corriente alterna o directa)

### **ACTIVIDAD: Desarrolla en tú cuaderno.**

1. Investiga respecto a la medicina TRADICIONAL, destacando sus ventajas respecto a la medicina complementaria.
2. ¿Cuáles son las especialidades médicas que tenemos dentro de la medicina tradicional y en qué nos ayudan?
3. ¿Qué es la Medicina Complementaria y Alternativa (MCA)?
4. Selecciona una terapia de salud complementaria e integrativa de la guía y amplía la información de esta, dando un ejemplo sobre ella personal o familiar.
5. Escribe una opinión personal respecto a la medicina tradicional y medicina complementaria.

Envía la tarea al correo de [cienciaspulmahue@hotmail.com](mailto:cienciaspulmahue@hotmail.com) , este jueves 25 de junio.